تمرينات مركبة لقدرة تقدير الوضع وأثرها بتعلم مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة لطلاب المرحلة المتوسطة

انتظار شنين مطشر
Antedar1984@gmail.com
ا.صباح نوري حافظ
sabahing@uomustansiriyah.edu.iq

الكلمات المفتاحية : تمرينات مركبة ، تقدير الوضع ، المناولة الصدرية ، كرة السلة.

إنّ التقدم العلمي الحاصل في المجال الرياضي قد شهد تطوراً ملحوظاً في معظم الالعاب الرياضية وبات أثره واضحاً في الارتقاء بالمستويات المتطورة ومن بين هذه الالعاب الرياضية لعبة كرة السلة **المشكلة** عدم القدرة لامتلاك الحلول لتحقيق الهدف الرئيسي في عملية تعليم المناولة الصدرية ونتيجة ضعف استخدامها والتدريب على القدرة على تقدير الوضع. وضع **هدفا** لتعريف التمرينات المركبة للقدرة على تقدير الوضع وأثرها بتعلم مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة لطلبة المرحلة المتوسطة. **وفرض البحث** هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية. اما **منهج البحث** استخدمه الباحثة المنهج التجريبي لملامته لطبيعة المشكلة.وعينة البحث بالطريقة العمدية وهم مجموعة من لاعبي منتخب التربيات في الرصافة الاولى والبالغ عددهم (٢٠) لاعباً وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة) و (تجريبية) وعن طريق القرعة بواقع (١٠) لاعبين لكل مجموعة **اما الاستنتاجات** إذ أظهرت النتائج وجود فروق دلاله إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة القياس البعدي وفي جميع اختبارات كرة السلة من المرحلة المتوسطة.،**والتوصيات** توصي الباحثة مدرسي التربية الرياضية على استخدام الأساليب الحديثة في عملية تعلم المهارات الأساسية ولمختلف الألعاب الرياضية.

Combined Exercises the Ability to Assess the Situation and Its Impact on Learning the Skill of Handling Chest Handling in Basketball

Antedar Shaneen Mutashhar
Prof. Sabah Nouri Hafez

Keywords: compound exercises, posture assessment, pectoral handling, basketball.

ABstract

The scientific progress in the field of sports has witnessed a remarkable development in most sports and its impact has become clear in raising the advanced levels. Among these sports is the basketball game. The problem is the inability to have solutions to achieve the main goal in the process of teaching thoracic handling and as a result of poor use and training on the ability to Assessment of the situation. The objective of setting and identifying. Identifying compound exercises. The ability to assess the situation and its impact on learning the skill of pectoral handling in basketball for middle school students. The research hypothesis that there are statistically significant differences between the results of the post-tests for the experimental and control groups and in favor of the experimental group.

As for the research method, the researcher used the experimental method due to its relevance to the nature of the problem. The sample of the research was by the intentional method, and they were a group of (20) players of the education team in Rusafa first, and they were divided into two groups (controller) and (experimental) and by lottery (10) players For each group, as for the

conclusions, as the results showed that there were visceral significant differences between the tribal and remote measurements of the experimental group and in the interest of the dimensional measurement in all the basketball tests of the intermediate stage. And recommendations The researchers recommend physical education teachers to use modern methods in the process of learning basic skills and various sports.

١-١مقدمة البحث وأهميته:

إنّ التقدم العلمي الحاصل في المجال الرياضي قد شهد تطوراً ملحوظاً في معظم الالعاب الرياضية وبات أثره واضحاً في الارتقاء بالمستويات المتطورة ومن بين هذه الالعاب الرياضية لعبة كرة السلة التي شهدت تطوراً ملحوظاً وكبيراً اذ اصبحت كرة السلة الان وفي كثير من دول العالم المنافس الاول لكرة القدم من حيث اجتذاب أكبر عدد من اللاعبين والمشاهدين وذلك لما تمتاز به لعبة كرة السلة من ايقاع سريع ومناورات مستمرة ومتواصلة بين الهجوم والدفاع ولما تحتويه من مزيج رائع من الاداء الفني.

ولعبت القدرة على تقدير الوضع دوراً مهماً في الاداء المهاري في الكثير من الفعاليات والأنشطة الرياضية ومنها لعبة كرة السلة ويعد تركيز الانتباه واحداً من هذه العمليات المهمة والتي تعمل على نجاح تطبيق المهارات المختلفة كما تساعد على وضع الحلول السريعة للمهارات الفردية والجماعية فكثير من الحالات تتطلب حلولاً سريعة لتوافق عالي من اجل وضع الحلول المناسبة للحالات التي تحدث في المباراة فقبل اداء الحركات يجب توافق القدرة على التقدير الوضع على الاداء ودقته من اجل الحصول على وضع جيد يساعد في اداء المهارات بشكل متميز، فمناولة الكرة واستلامها والطبطبة بالكرة والتهديف كلها مهارات أساسية تتطلب التوافق كذلك فأن مراقبة تحركات المنافس والمتابعة تتطلب القدرة على التقدير الوضع.اما أهمية البحث فتكمن في كونها محاولة من الباحثة بأعداد تمرينات مركبة بالقدرة على تقدير الوضع وأثرها بتعلم مهارة المناولة الصدرية وذلك لأنها أكثر الالعاب في الأنشطة الرياضية والمدارس العراقية ولها مسابقات مدرسية كذلك هو جهد متواضع الى العاملين في مجال العملية التعليمية للوصول الى المستوى المطلوب.

١-٢مشكلة البحث:

من خلال البرامج التعليمية التي تأخذ بكل جوانب التعليم المدرسي ابتدائا من المهارات الأساسية مثل الركض والهرولة والقفز الى اخرة وصولاً الى المهارات الحركية الخاصة بالألعاب والتي تتطلب توافق حركي لغرض المشاركة في المسابقات المدرسية ومن خلال عمل الباحثة كمدرسة في أحد المدارس لاحظت وجود ضعف في مستوى أداء المهارات الأساسية يعاني منه الطلاب المشاركين في البطولات المدرسية وفي القدرات التوافقية في اثناء السباقات المدرسية واثناء تأدية المهارات الحركية وهذا ينعكس على تنفيذهم للأداء اثناء اللعب وبالتالي عدم القدرة لامتلاك الحلول لتحقيق الهدف الرئيسي في عملية تعليم المناولة الصدرية ونتيجة ضعف استخدامها والتدريب على القدرة على تقدير الوضع .

١-٣-هدفا البحث:

١-وضع تمرينات مركبة للقدرة على تقدير الوضع وأثرها بتعلم مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة لطلبة المرحلة المتوسطة.

٢-التعرف على مدى تأثير التمرينات المركبة للقدرة على تقدير الوضع وأثرها بتعلم مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة لطلبة المرحلة المتوسطة.

١-٤فرضا البحث:

١- عرفت الباحثة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي.

٢-هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

١-٥ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: لاعبي منتخب تربية الرصافة الاولى (٢٠) لاعباً.

١-٥-٢ المجال الزماني: ٢٠٢٠/١٢/١٥ يوم الثلاثاء ولغاية ٢٥/ ٢/٢٠٢١ يوم الأربعاء.

١-٥-٣ المجال المكاني: قاعة منتخب تربية الرصافة الأولى.

٢- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

٢-١ منهجية البحث: ان طبيعة المشكلة وأهدافها فرضت على الباحثة استعمال المنهج التجريبي، كونه يتميز بقدرته على التحكم والضبط في مختلف العوامل الداخلة في البحث، إذا يبحث في المتغيرات الخاصة في السبب والأثر وبأسلوب المجموعتين التجريبية والضابطة.

٢-٢ عينة البحث

. فالعينة "هي الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج الذي يجري الباحث عليه مجمل و محور عمله".(٨:١٤٦)،فقد تم اختيار عدد من اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية وهم مجموعة من لاعبي منتخب التربيات في الرصافة الثانية والبالغ عددهم (٢٠) لاعباً وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة) و (تجريبية) وعن طريق القرعة بواقع (١٠) لاعبين لكل مجموعة(ومن اجل إرجاع الفروق إلى العامل التجريبي لابد أن تكون المجموعتان التجريبية والضابطة متكافئتين تماما في الظروف جميعاً ما عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر على المجموعة التجريبية). (٢:٢٢)أجرت الباحثة تكافؤ على أفراد المجموعتين في الجدول رقم (١) يوضح التكافؤ.

جدول (١) يبين المعالم الإحصائية (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وقيمة(t) المحسوبة ودلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات القبلية

المعالجات الإحصائية / اسم الاختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		سَ	±ع	سَ	±ع			
القدرة على التقدير الوضع	ثانية	٤،٠٩	٠،٣٤	٤،٠٢	٠،٣٦	٠،٤١٩	٠،٦٨٠	غير دال
المناولة الصدرية	درجة	٥،٠٠	١،١٥	٥،٥٠	١،٠٨	١،٠٠	٠،٣٣١	غير دال

درجة الحرية (ن-٢) (٢٠-٢=١٨) ومستوى الدلالة (٠،٠٥).

٢-٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

٢-٣-١ الأدوات المستخدمة في البحث:

(المصادر العربية والأجنبية، شبكة المعلومات الدولي (الانترنيت، التجربة الاستطلاعية، الاختبارات والقياسات، الوسائل الإحصائية لنظام، (SPSS) ،المقابلات الشخصية)

٢-٣-٢-الأجهزة المستخدمة في البحث:

١- ((جهاز حاسوب لابتوب نوع (Dell) بانتيوم (٤)، طابعة ليزرية نوع Canon ٢٩٠٠، ساعة توقيت عدد (٢) بنوع (Sony)، كاميرا نوع (q4) عدد (٢). ملعب لكرة السلة (قانوني). كرات سلة عدد (٤). شواخص عدد (١٠). صافرة عدد (٢). ميزان طبي عدد (١) شريط لاصق ملون عدد (٤).

٢-٤ إجراءات البحث الميدانية:

٢-٤-١ تحديد الاختبارات:

إن أهم ما تحتاجه الباحثة قامة بإعداد استمارة لاختيار الاختبارات المناسبة للمهارات قيد الدراسة وتم عرض الاستمارة على مجموعة من المختصين في التعلم الحركي والتدريب الرياضي وعددهم (٤) ملحق

(١) و(٢)، وبعد جمع الاستمارات وتفريغها تم اختيار الاختبارات التي حققت نسبة اتفاق (٧٠%) فما فوق والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)
يبين النسب المئوية لاختيار الخبراء للاختبارات قيد الدراسة

المهارات	الاختبارات	التكرار	النسبة
القدرة على التقدير الوضع	١- القفز على الدوائر المرقمة	٣	٧٥%
	اختبار نط الحبل	١	٢٥%
المناولة الصدرية	١- قياس سرعة المناولة الصدرية	١	٢٥%
	٢- قياس دقة المناولة الصدرية	٣	٧٥%

٢-٤-٢اختبارات البحث:

١-اولاً: الاختبار القفز على الدوائر المرقمة : (٥:٢٥٤)

الغرض من الاختبار / قياس توافق الرجلين والعينين(**القدرة على التقدير الوضع**)

الادوات المستخدمة / ساعة ايقاف / ترسم على الارض ثماني دوائر على ان يكون قطر كل منها ٦٠ سم وترقم الدوائر كما هو وارد بالشكل (٣)

مواصفات الاداء / تقف اللاعبة داخل الدائرة رقم واحد وعند سماع اشارة البدء تقوم بالوثب بالقدمين معا الى الدائرة رقم ٢ ثم الى الدائرة رقم ٣ وهكذا الى الدائرة رقم ٨ وتؤدي ذلك باقصى سرعة.

التسجيل / تسجل الزمن الذي استغرقته اللاعبة في الانتقال عبر ثماني دوائر.

ثانياً: اختبار المناولة الصدرية: (٣:٤٣)

- **الغرض من الاختبار:** قياس دقة المناولة الصدرية.
- **الأدوات اللازمة:** حائط أملس، كرة سلة، صافرة، دائرة ترسم على الحائط قطرها ٥٠سم وترتفع عن الأرض بمقدار ١،٢٠م.
- **مواصفات الأداء:** يقف اللاعب مواجهاً للجدار على مسافة (٢،٤٠م) وبيده الكرة ويقوم بأداء مناولة الصدرية على الدائرة في الجدار ثم يقوم اللاعب بالمناولة وأعاد رميها إلى الجدار كما موضح في الشكل.
- **شروط الاختبار:**
  - يمنح للاعب (١٠) محاولات.
  - يجب عدم اجتياز الخط المرسوم على الأرض.
  - لا تحسب للمختبر نقطة إذ لم يستطع اللاعب لقذف الكرة بعد ارتدادها من الأرض.
- **التسجيل:** منح للاعب نقطة عن كل مناولة ناجحة وتكون الدرجة الكبرى (١٠) درجات.

٢-٤-٣ التجربة الاستطلاعية:

أجرت الباحثة تجربة استطلاعية في يوم الاحد بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٣ على عينة لاعبي منتخب تربيات الرصافة الاولى والبالغ عددهم (٦) لاعباً قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته.

٢-٥ الاختبارات القبلية:

قامت الباحثة بأجراء الاختبارات القبلية قبل البدء بالمنهج التعليمي وقد اشتملت على الاختبارات **الاتية** (القدرة التقدير الوضع؛ مهارة المناولة الصدرية) **يوم** السبت في تمام الساعة العاشرة صباحاً بتاريخ ١٥/ ١٢/ ٢٠٢٠ في قاعة خاصة بمنتخب تربية الرصافة الأولى.

٢-٦ المنهج التعليمي:

في ادناه توضيح للخطوات التي تم استعمال التمرينات المركبة لقدرة تقدير الوضع ومهارة المناولة الصدرية بكرة السلة لطلاب المرحلة المتوسطة:

- هدف التمرينات المركبة والقدرة على تقدير الوضع هو تعلم مهارة المناولة الصدرية.
- استمرت مدة التعليم (١١) أسبوع.
- عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع (٢) وحدة تعليمية.
- أيام التعليم الأسبوعية (الثلاثاء والخميس) على وفق جدول النشاط الرياضي.
- مدة الوحدة التعليمية بالدقائق (٤٥ د) والكلي (٤٨٤ د).
- ينم إعطاء راحة بين التمرينات المعدة من قبل لباحثة.
- تم البدء بالتمرينات المركبة في يوم الاربعاء بتاريخ ٢٠٢٠/١٢/١٦ وانتهت يوم الخميس بتاريخ ٢٠٢١/٢/٢٥.

٢-٧ الاختبارات البعدية:

أجرت الباحثة الاختبارات البعدية لعينة بحثه (المجموعة التجريبية والضابطة) يوم الاحد المصادف ٢٠٢١/٢/١٩ وقد اتبعت الطريقة نفسها التي اتبعتها في الاختبارات القبلية وذلك بعد الانتهاء من المدة المقررة للتجربة والتي استغرقت (١١ أسبوع) وقد حرصت الباحثة على إيجاد جميع الظروف للاختبارات القبلية ومتطلباتها عند إجراء الاختبارات البعدية من ناحية الوقت والمكان ووسائل الاختبار.

٢-٨ الوسائل الإحصائية: (٦:١٣٣)

من اجل تحقيق هدف الدراسة قام الباحثان باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss)

٣- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

٣-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها:

عمد الباحثان بتطبيق الاختبارات على عينة البحث الرئيسة للمجموعتين (التجريبية والضابطة) المكونة من (١٠) لاعبين لكل مجموعة.

٣-١- عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية القدرة التقدير الوضع مهارة المناولة الصدرية **بكرة السلة.**

بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية من الباحثة، ومعالجتها إحصائياً تبين كما في الجدول (٣).

الجدول (٣)

يبين نتاج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية لقدرة تقدير الوضع مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة.

المعاملات الإحصائية / اسم الاختبار	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (T) المحسوبة	مستوى دلالة	الدلالة
		سَ	±ع	سَ	±ع			
القدرة على التقدير الوضع	ثانية	٤،٠٩	٠،٣٤	٣،٥٢	٠،٣٥	٤،٧٤	٠،٠٠٠	دال
المناولة الصدرية	درجة	٥،٠٠	١،١٥	٧،٧٠	٠،٦٧	١٢،٦٥	٠،٠٠٠	دال

درجة الحرية (ن-١) (١٠-١=٩)، دال احصائياً عند مستوى دلالة ≤ (0.05)

من خلال الاطلاع على الجدول (٣) والذي يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

في اختبار القدرة على التقدير الوضع بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (٤،٠٩) درجة، وبانحراف معياري (٠،٣٤)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٣،٥٢) درجة، وبانحراف معياري (٠،٣٥). وعند استخدام قانون (T-Test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة(T)المحسوبة (٤،٧٤) تحت مستوى دلالة (٠،٠٠) وبدرجة حرية (٩)، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً ولصالح الاختبار البعدي.

اما في اختبار المناولة الصدرية بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (٥،٠٠) درجة، وبانحراف معياري (١،١٥)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٧،٧٠) درجة، وبانحراف معياري (٠،٦٧).

وعند استخدام قانون (T-Test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة(T)المحسوبة (١٢،٦٥) تحت مستوى دلالة (٠،٠٠) وبدرجة حرية (٩)، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً ولصالح الاختبار البعدي.

٣ -٢عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة القدرة التقدير الوضع مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة:

بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة من الباحثة، ومعالجتها إحصائياً وكما مبين في الجدول (٤).

الجدول (٤)

يبين نتاج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة القدرة التقدير الوضع مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة.

المعاملات الإحصائية / اسم الاختبار	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (T) المحسوبة	مستوى دلالة	الدلالة
		سَ	±ع	سَ	±ع			
القدرة على التقدير الوضع	ثانية	٤،٠٢	٠،٣٦	٣،٩٨	٠،٣٨	٣،٢٥	٠،٠١	دال
المناولة الصدرية	درجة	٥،٥٠	١،٠٨	٦،٠٠	٠،٦٦	٣،٠٠	٠،٠١	دال

درجة الحرية (ن-١) (١٠-١=٩)، دال احصائياً عند مستوى دلالة ≤ (0.05)

من خلال الاطلاع على الجدول (٤) والذي يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة **في** اختبار القدرة على التقدير الوضع بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (٤،٠٢) درجة، وبانحراف معياري (٠،٣٦)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٣،٩٨) درجة، وبانحراف معياري (٠،٣٨).

وعند استخدام قانون (T-Test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة(T)المحسوبة (٣،٢٥) تحت مستوى دلالة (٠،٠١) وبدرجة حرية (٩)، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً ولصالح الاختبار البعدي.

اما في اختبار المناولة الصدرية بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (٥،٥٠) درجة، وبانحراف معياري (١،٠٨)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٦،٠٠) درجة، وبانحراف معياري (٠،٦٦).

وعند استخدام قانون (T-Test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة(T)المحسوبة (٣،٠٠) تحت مستوى دلالة (٠،٠١) وبدرجة حرية (٩)، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً ولصالح الاختبار البعدي.

٣-٣ عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لقدرة تقدير الوضع ومهارة المناولة الصدرية بكرة السلة:

بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة من الباحثة، ومعالجتها إحصائياً وكما مبين في الجدول (٥).

جدول (٥) يبين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لقدرة تقدير الوضع ومهارة المناولة الصدرية بكرة السلة.

المعاملات الإحصائية / اسم الاختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		سَ	±ع	سَ	±ع			
القدرة على تقدير الوضع	ثانية	٣،٥٢	٠،٣٥	٣،٩٨	٠،٣٨	١،١٠	٠،٠٠٠	دال
المناولة الصدرية	درجة	٧،٧٠	٠،٦٧	٦،٠٠	٠،٦٦	٦،١٧	٠،٠٠٠	دال

درجة الحرية (ن-٢) (٢-٢٠=١٨)، دال احصائياً عند مستوى دلالة ≤ (0.05)

من خلال عرض الجدول (٥) نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة يتضح لنا بأن المتوسط الحسابي

في اختبار القدرة على تقدير الوضع بلغ المتوسط الحسابي (٣،٥٢) درجة للمجموعة التجريبية، وبانحراف معياري بلغ (٠،٣٥)، فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٣،٩٨) درجة، وبانحراف معياري (٠،٣٨).

وعند استعمال قانون (T-Test) للعينات غير المترابطة، أذ بلغت قيمة (T) المحسوبة (١،١٠) تحت مستوى دلالة (٠،٠٠) وبدرجة حرية (١٨) وبذلك يكون الفرق معنوي ولصالح المجموعة التجريبية.

وفي اختبار المناولة الصدرية بلغ المتوسط الحسابي (٧،٧٠) درجة للمجموعة التجريبية، وبانحراف معياري بلغ (٠،٦٧)، فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٦،٠٠) درجة، وبانحراف معياري (٠،٦٦).

وعند استعمال قانون (T-Test) للعينات غير المترابطة، أذ بلغت قيمة (T) المحسوبة (٦،١٧) تحت مستوى دلالة (٠،٠٠) وبدرجة حرية (١٨) وبذلك يكون الفرق معنوي ولصالح المجموعة التجريبية.

٣-٢ مناقشة النتائج:

بعد الاطلاع على النتائج الموضحة في الجدول (٣) والذي يبين فيه نتائج المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للاختبارات قيد الدراسة والجدول (٤) الذي يبين نتائج المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي لنفس الاختبارات وكذلك الجدول (٥) الذي يبين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة، يتضح لنا أن المجموعة التجريبية كان مستوى تطورها أفضل من المجموعة الضابطة بدليل النتائج التي وجدناها في الجداول أنفة الذكر.

إن نتائج المجموعة التجريبية التي طبق أفرادها التمرينات الخاصة في تطوير القوة المميزة بالسرعة للتطوير اللكمة القطع والمستقيمة قد كان تطور مستواهم أفضل من المجموعة الضابطة التي لم تستخدم التمرينات الخاصة بل عملوا وفق للتمرينات الموضوع من قبل مدرب الفريق وان ما يعزز هذا الكلام هو العودة إلى نتائج الجداول (٣)(٤)(٥).

وهذا ما أشار إليه هارا " التمارين الخاصة تخدم توجيه تكامل مستوى القدرات التوافقية عنصر معين وكذلك قابلية التوافق وعنصر تكنيكي أو تكتيكي وربطه ببناء نوعية الخلق والصفات النفسية للمنافسة ولخصوصية العينة في مراعاتها بطرائق التعلم ووسائله كان للتوافق الحركي الاثر في ربطه بمنهج الباحثة المعد كون التوافق الحركي" هو قدرة الفرد للسيطرة على عمل اجزاء الجسم المختلفة والمشتركة في أداء واجب حركي معين" (٧:٩٠)

يرى الباحثان ان التوافق عنصر أساسية ومهم القدرة التقدير الوضع مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة

وتكون ملائمة للأداء المهاري للاعبين وذلك لأنها تكون قريبة أو مماثلة للمسار الحركي

اما المجموعة الضابطة على الرغم من وجود فروق معنوية الا انها اقل تطورا مقارنة بالمجموعة التجريبية وبالتالي حصل تطوراً قليلا القدرة التقدير الوضع مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة

بكرة السلة وذلك لأنها لم تتعرض لاي برنامج خاص بل استمرت في التدريب على المنهاج التقليدي المتبع ضمن وحداتها.

لذا ترى الباحثة من دون وجود برامج مقاربه بقدر الامكان للحركات التي سيواجهها ألاعب السلة يكون من الصعب تحقيق أهداف الأداء المهاري. لذا عملت هذه التمرينات تأثيرا ايجابيا للمجموعة التجريبية في تنمية التوافق في تمرينات توافقية بالرجل والذراع وتقديرها من قبل المدرب ، كما عملت هذه التمرينات من قبل المدرب وانتظامهم الى تطور المجموعة الضابطة في القدرة التقدير الوضع مهارة المناولة الصدرية وتطوراً قليلاً في بالقدرات في تكرارهم و تتفق أيضاً مع ما أشار إليه (أمين أنور وأسامة كامل ، ١٩٨٣) على " أن التكرار يعد أساساً للتعلم وتحديد عدد مرات تكرار الأداء للحركة يعد أمراً مهماً ، فهو يعتمد على فطنة المدرس وخبرته إلى حد بعيد في تحديد عدد التكرارات المثلى الملائمة لكل مرحلة سنية "(١:١٥١)

٤-١-الاستنتاجات

١- إذ أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة القياس البعدي وفي جميع اختبارات كرة السلة من المرحلة المتوسطة.

٢- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات البعدية للمتغيرات البحث لكل من القدرة على تقدير الوضع والمناولة الصدرية بكرة السلة.

٤-٢-التوصيات

١- توصي الباحثة بإجراء بحوث مشابهة على الطلاب وبمختلف الفعاليات الرياضية لمعرفة مدى اهمية التمرينات المركبة بالتوافقية والمهارية على الفعاليات الرياضية المختلفة.

٢- توصي الباحثة مدرسي التربية الرياضية على استخدام الأساليب الحديثة في عملية تعلم المهارات الأساسية ولمختلف الألعاب الرياضية.

المصادر العربية:

١) أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب؛ **التربية الحركية**: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٣) .

٢) ذوقان عبيدات وآخرون : **البحث العلمي مفهومه ، أدواته، أساليبه ،** عمان دار الفكر والنشر والتوزيع. (١٩٨٨) .

٣) كرار صلاح سلمان التميمي :**بطارية اختبار على وفق الأنماط الحركية والمهارات الهجومية لانتقاء لاعبي المدرسة السلوية في محافظة ميسان** ،رسالة ماجستير ،جامعة القادسية – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،٢٠١٣..

٤) محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب : **الباحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي** ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩) .

٥) محمد صبحي حسانين : **القياس والتقويم في التربية البدنية :ط٦،القاهرة ،دار الفكر العربي ،٢٠٠٠،**<

٦) مصطفى حسين باهي. **الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية**.ط١.القاهرة: مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٩ .

٧) هارا. **أصول التدريب الرياضي. ترجمة (عبد علي نصيف)**. ط٢. الموصل: مطبعة التعليم العالي، ١٩٩٠.

٨) وجيه محجوب ؛ **أصول البحث العلمي ومناهجه** : (بغداد ، مديرية دار المناهج للنشر والتوزيع ،٢٠٠٢)

الوحدة التعليمية
تعلم مهارة المناولة الصدرية
عدد الطلاب (٢٠) طالب المكان: قاعة داخلية زمن الوحدة التعليمية ٤٥ دقيقة

أجزاء الدرس	المحتوى	الزمن	الأساليب والتشكيلات	التقويم
الجزء الرئيسي	**النشاط التعليمي:** -توضيح النواحي الفنية لمهارة المناولة الصدرية -اعطاء نموذج توضيحي امام الطلبة من قبل الباحثة **النشاط التطبيقي:** التمرين الأول: - يقف الطلاب على نسق واحد ويقوم المدرس بمناولة الكرة للطالب الأول ويقوم بأداء المناولة على الحائط لمسافة ٣م بصورة سريعة لكل طالب ٥مناولات ويرجع الطالب الأول يقف في نهاية النسق وهكذا يؤدي جميع الطلاب -التمرين الثاني: -يقف الطلاب بنسق واحد أمام (ثلاث طلاب كل واحد يحمل كرة) عند الإشارة يقوم الأول بالمجموعة باستلام الكرة من كل طالب بيده كرة ويرجعها له بالتناوب ثم يعود خلف المجموعة أي يستلم ثلاث كرات	5د 25د	xxxxxxxxxxxxx يقف الطلبة على شكل صفين متقابلين xxxxxxxxxxxxx Xxxxxxxxxxxxxxxxx	ملاحظة تصحيح اخطاء أداء النموذج عند الطلبة. طرح اسئلة على الطلبة. الإجابة على اسألة الطلبة ملاحظة الاداء الفني بصورة صحيحة عند تطبيق المهارة.